اعوذ بالله من الشیطن الرجیم

بسم الله الرحمن الرحیم

ظلم به نفس

دراین مقاله ، به نکاتی در مورد نفس پرداخته میشود.

۱) نفس ماهیت اصلی انسان است

آن چیزی که نهایتا به طرف خدا بر میگردد؛ نفس ماست. نفس ماهیت اصلی هر انسان و یا هر موجود دیگری است. بعد از مرگ، آنچه که بازستانده میشود؛ نفس است. انگار نفس ماهیت اصلی هر انسان است که با گرفتن آن، فرد در جهان مادی مرده بحساب می آید.

اللَّهُ يَتَوَفَّى الْأَنْفُسَ حِينَ مَوْتِهَا وَالَّتِي لَمْ تَمُتْ فِي مَنَامِهَا فَيُمْسِكُ الَّتِي قَضَى عَلَيْهَا الْمَوْتَ وَيُرْسِلُ الْأُخْرَى إِلَى أَجَلٍ مُسَمًّى إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ (۴۲)

خدا نفسها را هنگام مرگشان به تمامی (وبدون کم و کاست) باز می ستاند و [نیز] نفسی را که در [موقع] خوابش نمرده است [قبض می کند] پس آن [نفسی] را که مرگ را بر او واجب کرده نگاه می دارد و آن دیگر [نفسها] را تا هنگامی معین [به سوی زندگی دنیا] بازپس می فرستد قطعا در این [امر] برای مردمی که می اندیشند نشانه هایی [از قدرت خدا]ست (۴۲)

با توجه به آیه بالایی؛ به طور ساده، مرگ یعنی گرفتن نفس. نتیجه میگیریم که گرفتن نفس ربطی به مرگ کالبد بشری ندارد. افرادی بوده اند که در حالت کما، نفسشان گرفته شده است ولی قلب آنان به کمک دستگاهها هنوز میزده است. وقتی مسیح را دستگیر کردند؛ خدا نفس او را گرفت و آن کسی که به صلیب کشیده شد؛ فقط کالبد بشری مسیح بود و نه خود او. نفس و من واقعی مسیح در آن موقع به بهشت نزد خدا بالا برده شد. بنابراین مسیح در حین به صلیب کشیده شدن؛ هیچ گونه دردی احساس نکرد. بلکه آنها جسدی زنده اما بدون نفس و روح را دار زدند.

وَقَوْلِهِمْ إِنَّا قَتَلْنَا الْمَسِيحَ عِيسَى ابْنَ مَرْيَمَ رَسُولَ اللَّهِ وَمَا قَتَلُوهُ وَمَا صَلَبُوهُ وَلَكِنْ شُبِّهَ لَهُمْ وَإِنَّ الَّذِينَ اخْتَلَفُوا فِيهِ لَفِي شَكٍّ مِنْهُ مَا لَهُمْ بِهِ مِنْ عِلْمٍ إِلَّا اتِّبَاعَ الظَّنِّ وَمَا قَتَلُوهُ يَقِينًا (۱۵۷)

و گفته ایشان که ما مسیح عیسی بن مریم پیامبر خدا را کشتیم و حال آنکه آنان او را نکشتند و مصلوبش نکردند لیکن امر بر آنان مشتبه شد و کسانی که در باره او اختلاف کردند قطعا در مورد آن دچار شك شده اند و هیچ علمی بدان ندارند جز آنکه از گمان پیروی می کنند و یقینا او را نکشتند (۱۵۷)

بَلْ رَفَعَهُ اللَّهُ إِلَيْهِ وَكَانَ اللَّهُ عَزِيزًا حَكِيمًا (۱۵۸)

بلکه خدا او را به سوی خود بالا برد و خدا توانا و حکیم است (۱۵۸)

این مورد در آیه ۱۵۸ خیلی واضح گفته شده است. در آیه قبلی خدا اصرار دارد که مسیح به صلیب کشیده نشده است؛ اما در آیه بعدی میفرماید که خدا او را به سوی خود بالا برد. خدا کالبد بشری مسیح را به سوی خود بالا نبرد؛ بلکه نفس و من واقعی مسیح را به سوی خود بالا برد. حتی در نوشته های حواریون گفته شده است که مسیح در حین دار زده شدن ؛ از خود هیچ دفاعی نکرد و قادر به سخن گفتن نبود و تابحال هیچکدام از آنها قادر به توضیح این نکته نبوده اند. مسیح قادر به سخن گفتن و دفاع از خود نبود؛ زیرا داخل آن کالبد بشری؛ مسیح نبود و فقط یک کالبد زنده بود. جسد بشری مربوط به مسیح تا وقتی به عنوان مسیح شناخته میشد که نفس مسیح در آن بود؛ اما زمانیکه نفس و من واقعی مسیح بالا برده شد؛ دیگر آن جسد مسیح بحساب نمی آمد.

۲) مثال زنده در این مورد

در ۲۵ نوامبر سال ۱۹۸۴، بیماری به نام ویلیام شرودر در آمریکا قلب مصنوعی دریافت کرد؛ او با این قلب مصنوعی تا نوزده روز زنده ماند. اما بعد از نوزده روز ویلیام شرودر واقعی وفات یافت ؛ در حالیکه قلب او در کالبد بشری او هنوز میزد

و خون در اعضای کالبد بشری او جریان پیدا میکرد. جالب است که یک روز قبل از وفات او؛ او در مصاحبه ای در تلویزیون تقاضا کرد که حقوق بازنشستگی عقب مانده اش را به حسابش واریز کنند و اما از روز نوزدهم به بعد او حتی اعضای خانواده خود را هم نمی شناخت. زیرا من واقعی ویلیام شرودر از دنیا رفته بود. جسد زنده او تا ۱۹ ماه بعد از مرگ به کمک قلب مصنوعی و باطری کار کرد. این مثال زنده به جهانیان نشان داد که مسیح چطوری از دنیا رفته است. زمانی که مسیح دستگیر شد؛ پیلاطس از او سوالاتی کرد و اتهاماتی مطرح کرد؛ ولی مسیح هیچ جوابی نداد و حتی خود را نمی شناخت. مسیح واقعی به طرف خدا بالا برده شده بود؛ آنها مکر کردند و خدا هم مکر کرد و خدا بهترین مکر کنندگان است.

۳) من واقعی انسان

کسانی که در راه خدا کشته میشوند؛ از دیدگاه خدا مرده نیستند؛ بلکه نزد خدا در بهشت بسر می برند. این نکته نشان میدهد که کالبد بشری ما به هیچ عنوان نشان من واقعی یک انسان نیست. من واقعی هر انسانی آنچیزی است که فرشتگان هنگام مرگ می گیرند و آنچه که باقی می ماند؛ فقط یک جسد است که از موادی فنا پذیر تشکیل شده است و من واقعی یک انسان نیست.

وَلَا تَحْسَبَنَّ الَّذِينَ قُتِلُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ أَمْوَاتًا بَلْ أَحْيَاءٌ عِنْدَ رَبِّهِمْ يُرْزَقُونَ (۱۶۹)

هرگز کسانی را که در راه خدا کشته شده اند مرده مپندار بلکه زنده اند که نزد پروردگارشان روزی داده می شوند (۱۶۹)

فَرِحِينَ بِمَا آتَاهُمُ اللَّهُ مِنْ فَضْلِهِ وَيَسْتَبْشِرُونَ بِالَّذِينَ لَمْ يَلْحَقُوا بِهِمْ مِنْ خَلْفِهِمْ أَلَّا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ (۱۷۰)

به آنچه خدا از فضل خود به آنان داده است شادمانند و برای کسانی که از پی ایشانند و هنوز به آنان نپیوسته اند شادی می کنند که نه بیمی بر ایشان است و نه اندوهگین می شوند (۱۷۰)

۴) چرا ما به این جهان آمده ایم؟

همانطور که میدانید ما قبلا در یک دنیای دیگر بوده ایم و در آن دنیای قبلی فریب ادعای شیطان را خوردیم و به دو دسته موجودات سرکش (انسانها - جنها) و دو دسته موجودات مطیع و تسلیم (ملائک - جمادات و حیوانات) تقسیم شدیم. ملائک فریب شیطان را نخوردند اما جمادات فریب شیطان را خوردند ، اما بلافاصله توبه کردند. جنها و انسانها توبه نکردند. جنها بیشتر به سمت شیطان گرایش دارند و انسانها کمتر از جنها به سمت شیطان گرایش دارند. خدای قادر توانا این دو گروه را از بهشت بیرون کرد و به آسمان یکم تبعید کرد تا تحت یک آزمایش (آخرین آزمایش) قرار گیرند . انسانها در کره زمین آزمایش می شوند و جنها در محدوده آسمان یکم آزمایش می شوند. جنها می توانند در محدوده آسمان یکم حرکت کنند و نشانه های خدا در آسمان و زمین را ببینند و به سمت خدای یکتا گرایش

پیدا کنند. هر انسانی در بدو تولد یک جن همنشین با او نیز متولد می شود. جنها نماینده ایده های شیطان هستند و در طول زندگی ، جنها وسوسه های شیطان را به ما القا می کنند و مدام در ذهن ما مشغول وسوسه و ترغیب به انجام گناهان هستند. انسانها به طور متوسط ۷۰ سال عمر می کنند اما جن همنشین انسان بعد از مرگ انسان آزاد می شود و چند هزار سال دیگر عمر می کند. انسانها از بدو تولد یکتاپرست به دنیا می آیند اما جنها از بدو تولد شیطان پرست به دنیا می آیند . به همین خاطر خدا سن زیادی به جنها اعطا کرده است تا که فرصت بیشتری برای برگشت به سوی خدا داشته باشند. بسیاری از مردم معترض هستند که چرا خدا آنها را آفرید تا در این آزمایش هولناک قرار دهد. روشن است که این افراد خبر ندارند که [۱] چه گناه هولناکی مرتکب شده اند و [۲] اینک به ایشان مهلتی داده شده که از گناه خود دست بردارند و مورد بخشایش قرار گیرند، ولی این انتخاب خود آنها بود که در بوته آزمایش نهاده شوند.

خدا بنا بر شناخت خود، نفس ما را در شرایطی که سزاوارآن هستیم قرار می دهد. وقتی خدا به فرشتگان گفت،(من چیزی می دانم که شما نمی دانید)، بدین معنی بود که بعضی از ما سزاوار فرصتی دیگر برای نجات بودند. نمونه ای از هدایت خدا برای کسانی که شایستگی هدایت را دارند در آیه زیر دیده می شود:

وَلَقَدْ آتَيْنَا إِبْرَاهِيمَ رُشْدَهُ مِنْ قَبْلُ وَكُنَّا بِهِ عَالِمِينَ (۵۱)

و در حقیقت پیش از آن به ابراهیم رشد [فکری]اش را دادیم و ما به [شایستگی] او دانا بودیم (۵۱)

خدا میفرماید که ما ابراهیم را هدایت کردیم، زیرا خوب او را می شناختیم. به بیان دیگر، چون خدا می دانست که ابراهیم از خوبان است، و شایستگی هدایت را دارد، آنچه را که ضامن هدایت و درک بود به او داد. نمونه ی بسیار خوب دیگر در زیر دیده می شود.

وَلَقَدْ هَمَّتْ بِهِ وَهَمَّ بِهَا لَوْلَا أَنْ رَأَى بُرْهَانَ رَبِّهِ كَذَلِكَ لِنَصْرِفَ عَنْهُ السُّوءَ وَالْفَحْشَاءَ إِنَّهُ مِنْ عِبَادِنَا الْمُخْلَصِينَ (۲۴)

و در حقیقت [آن زن] آهنگ وی کرد و [یوسف نیز] اگر برهان پروردگارش را ندیده بود آهنگ او میکرد چنین [کردیم] تا بدی و زشتکاری را از او بازگردانیم چرا که او از بندگان مخلص ما بود (۲۴)

یک زن سرشناس مصری برای یوسف دام گسترانید، و اگر بخاطر نشانه ای که از جانب پروردگارش دید نبود؛ چیزی نمانده بود که او دچار گناه شود. خدا در آیه بالایی به ما می آموزد که او پلیدی و گناه را از یوسف دور کرد، زیرا او یکی از بندگان مخلص درگاه خدا بود. آیا این یوسف بود که توانست بر شهوت خود غلبه کند؟ یا، حمایت الهی بود که باعث شد یوسف از گناه پاک بماند؟ سرنوشت از پیش مقدر شده یعنی همین.

۵) روح و نفس متفاوت هستند

بعضی مردم، اشتباهی نفس را به روح ترجمه میکنند. در حالیکه ماهیت نفس و روح با هم دیگر متفاوت است. نفس ممکن است ماهیت آن خوب و یا بد باشد. نفس ممکن است دچار گناه شود. اما روح نفخی است از طرف خدا برای انسانها و ماهیت آن همیشه خوب است.

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا (۷)

سوگند به نفس و آن کس که آن را درست کرد (۷)

فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا (۸)

سپس پلیدکاری و پرهیزگاری اش را به آن الهام کرد (۸)

قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا (۹)

که هر کس آن را پاك گردانید قطعا رستگار شد (۹)

وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا (۱۰)

و هر که آلوده اش ساخت قطعا درباخت (۱۰)

خدا به نفس پلیدکاری و پرهیزگاری اش را الهام کرده است و بعد به پیکر دنیایی وصل میشود. هرکس توانست پلیدکاری را از نفس دور کند و پرهیزگاری را جذبش کند؛ رستگار میشود. در این زمان خدا نفخه ای از روح خود را در میان انسانها میدمد تا کمکی برای آنها باشد. خدا فقط در انسانها از روح خود میدمد و این برای جنها نیست. به خاطر این روح است که انسان بیشتر از جنها به سمت خدا گرایش دارد.

۶) فرق انسان و بشر

در قرآن تاوقتی که خدا از روح خودش در بنی آدم ندمیده است؛ او را بشر مینامد. اما بعد از آن او را انسان مینامد.

إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي خَالِقٌ بَشَرًا مِنْ طِينٍ (۷۱)
آنگاه كه پروردگارت به فرشتگان گفت من بشرى را از گل خواهم آفريد (۷۱)

فَإِذَا سَوَّيْتُهُ وَنَفَخْتُ فِيهِ مِنْ رُوحِي فَقَعُوا لَهُ سَاجِدِينَ (۷۲)
پس چون او را [كاملا] درست كردم و از روح خويش در آن دميدم سجده كنان براى او [به خاك] بيفتيد (۷۲)

خدای حکیم، قبل از دمیدن روح؛ آن را بشر مینامد. یعنی بشر به قامت و چهارچوب آدمی گفته میشود. به همین خاطر پیامبران در مقابل مردم میگفتند که ما هم مثل شما بشر هستیم و نیازهایی که یک بشر دارد ما هم داریم. محدودیتهایی که یک بشر دارد؛ برای همه است؛ پیامبران و غیر پیامبران. به همین خاطر خدا میفرماید که هیچ بشری توانایی به بندگی کشاندن دیگران را ندارد.

مَا كَانَ لِبَشَرٍ أَنْ يُؤْتِيَهُ اللَّهُ الْكِتَابَ وَالْحُكْمَ وَالنُّبُوَّةَ ثُمَّ يَقُولَ لِلنَّاسِ كُونُوا عِبَادًا لِي مِنْ دُونِ اللَّهِ وَلَكِنْ كُونُوا رَبَّانِيِّينَ بِمَا كُنْتُمْ تُعَلِّمُونَ الْكِتَابَ وَبِمَا كُنْتُمْ تَدْرُسُونَ (۷۹)

هیچ بشری را نسزد که خدا به او کتاب و حکم و پیامبری بدهد سپس او به مردم بگوید به جای خدا بندگان من باشید بلکه [باید بگوید] به سبب آنکه کتاب [آسمانی] تعلیم می دادید و از آن رو که درس می خواندید علمای دین باشید (۷۹)

وَلَا يَأْمُرَكُمْ أَنْ تَتَّخِذُوا الْمَلَائِكَةَ وَالنَّبِيِّينَ أَرْبَابًا أَيَأْمُرُكُمْ بِالْكُفْرِ بَعْدَ إِذْ أَنْتُمْ مُسْلِمُونَ (۸۰)

و [نیز] شما را فرمان نخواهد داد که فرشتگان و پیامبران را به خدایی بگیرید آیا پس از آنکه سر به فرمان [خدا] نهاده اید [باز] شما را به کفر وامی دارد (۸۰)

۷) نفسها از بین نمی روند

وَإِذَا النُّفُوسُ زُوِّجَتْ (۷)

و آنگاه که نفسها به هم درپیوندند (۷)

نفسها با مرگ از بین نمی روند؛ آنها فقط درد مرگ را خواهند چشید. آنها درد نابودی و ترک یک کالبد را خواهند چشید(كلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ). کالبد بشری نفسها از بین میروند؛ اما خود نفسها از بین نمی روند. مرگ و زندگی دنیایی آفریده شده اند و یک کالبد برای نفس فراهم شده است تا تحت آزمایش قرار گیرد. چشیدن مرگ بخاطر گناهی است که قبلا انجام دادیم.

الَّذِي خَلَقَ الْمَوْتَ وَالْحَيَاةَ لِيَبْلُوَكُمْ أَيُّكُمْ أَحْسَنُ عَمَلًا وَهُوَ الْعَزِيزُ الْغَفُورُ (۲)
همانکه مرگ و زندگی را پدید آورد تا شما را بیازماید که کدامتان نیکوکارترید و اوست ارجمند آمرزنده (۲)

یعنی نفسها قبلا بوده اند و این زندگی و مرگ است که آفریده شده اند و ما در کالبد خاصی آن را تست خواهیم کرد. ما البته قبل از بدنیا آمدن؛ نفسهایمان به ربوبیت خدای یکتا شهادت داده است و البته خود ما از این جریان خبر نداریم. این قاعده در نهاد و نفس ما بنی آدم نهادینه شده است. یک بچه بنی آدم، بعد از تولد معصوم و بی گناه بدنیا می آید. اما جنیان معصوم به دنیا نمی آیند.

وَإِذْ أَخَذَ رَبُّكَ مِنْ بَنِي آدَمَ مِنْ ظُهُورِهِمْ ذُرِّيَّتَهُمْ وَأَشْهَدَهُمْ عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَلَسْتُ بِرَبِّكُمْ قَالُوا بَلَى شَهِدْنَا أَنْ تَقُولُوا يَوْمَ الْقِيَامَةِ إِنَّا كُنَّا عَنْ هَذَا غَافِلِينَ (۱۷۲)

و هنگامی را که پروردگارت از پشت فرزندان آدم ذریه آنان را برگرفت و ایشان را بر خودشان گواه ساخت که آیا پروردگار شما نیستم گفتند چرا گواهی دادیم تا مبادا روز قیامت بگویید ما از این [امر] غافل بودیم (۱۷۲)

خدای بسیار مهربان تمام انسانها را پیش از آنکه به این دنیای خاکی بفرستد، نزد خود گرد آورد، و همگی شهادت دادیم که او تنها مولا و تنها سرور ماست. از اینرو، حمایت از مقام قدوسی خدا، بصورت فطری در سرشت هر انسانی قرار دارد و این فطرت از انسان جدا شدنی نیست.

۸) نقش نفس در زندگی ما

این بدن و محیط پیرامون آن همان آزمایشی است که برای ما (خود اصلی ما یعنی نفس) طراحی شده است . نفس در این کالبد اگر اسیر غرایز بدن و تفکرات ذهنی بشود در فریب قرار می‌گیرد. برای همین نباید هیچ مورد و مسئله ای در جهان ما را از یاد و ذکر خدا غافل نماید. نفس باید از این بدن و عقل نهایت استفاده را برای تزکیه خود ببرد. نه این که آن را باور کند و در آن دو غرق شود. ولی این بدن امانتی است نزد ما(نفس) که باید به درستی از آن نگه داری کنیم. نفس هایی که بدن و این دنیا را باور می کنند به دنبال ارضای نیازهای جسمانی و دنیوی خود می روند و با این کار به نفس خود ظلم می‌نمایند زیرا وقت و زمان را از دست می دهند. از طرفی زمانی که انسانی کار ناشایست یا بدی را انجام می

دهد شاید به نظر وی بعد از مدتی کم از حافظه او پاک می شود ولی نمی داند که آن کار نادرست در نفس او می ماند و مانند لکه ای بر آن برای همیشه ماندگار می شود و با انجام آن کار نادرست به نفس خود ظلم کرده است. نفس با هرکاری و هر فکری که می کنیم قابلیت شکل پذیری دارد.

نفس آدمی؛ قرار است که تحت آزمایش قرار گیرد تا خودش را ارتقا بخشد. اما این نفس برای بدن سیاستها و نیات و مقاصد کلی را تعیین میکند. مثلا طمع؛ بخل؛ خیانت؛ دروغ و ... از سیاستهای نفس بد است. اما چطوری انجام دادن این گناهان و رسیدن به این گناهان برعهده فکر و مغز است. فکر و مغز و حافظه و احساسات مادی هستند. بعضی ها فکر میکنند که فکر و مغز و حافظه جزو روح و نفس هستند. اما اینطوری نیست و اینها متعلق به کالبد بشری ماست. به همین خاطر هرکس بخل و خیانت را با روش و متد خویش انجام میدهد. عقل و فکر افراد ناقص و محدود هستند زیرا ماده هستند و محدود.

۹) آزمون نفس

نفسی که بخل می ورزد به این دلیل است که این جهان و بدنش را باور کرده و آزمونی که برایش به این دنیا آمده است را فراموش می‌کند. مثلا فرد چون به بدنش وابسته شده و آن را باور کرده و بر این باور می‌باشد که بدن جزئی از موجودیت ابدی اوست(در حالیکه در اشتباه است)؛ برای همین برای بدست

آوردن غذا و لذات دیگر با دیگران رقابت می کند و این رقابت به صورت بخل و حسادت و سایر رذایل اخلاقی نمود پیدا می‌کند. و یا کسی که دنیای فانی را باور می کند سعی می کند مقام و رتبه خود را بالا ببرد و برای همین کینه و عداوت به وجود می آید و وقتی هم که به مقامی دنیوی نائل می‌شود دچار غرور و خود بزرگ بینی می شود ولی کسی که این دنیا را باور نکند مقام و منصب دنیوی را هیچ می پندارد و دچار غرور نمی شود. زیرا می داند این دنیا فانی است و فقط به منظور آزمایش وی طراحی شده است.

۱۰) تقدیر

نکته ی بسیار مهم برای اینکه نفس کالبد بدنیش و این دنیا را باور نکند و راه حل این مسئله یک چیز است. آن چیز تقدیر است. ایمان به قضا و قدر باعث می شود که نفس دیگر اسیر بدن و دنیا نشود. کسی که می داند خدا زوج و همسر وی را برای او در نظر گرفته و مقدر کرده و یا کسی که می داند که رزق وروزی او مقدر و معین نزد پرورگارش است هیچ وقت برای به دست آوردن مادیات به دیگری ظلم نمی کند. خیلی از ماها گاهی تلاشی بسیار زیاد برای بدست آوردن مادیات کردیم و لی موفق نشدیم، در حالیکه افراد دیگر بدون هیچ تلاشی به ثروت زیادی می رسند! دلیل این مسئله تقدیر است و اگر نفس به تقدیر ایمان داشته باشد دیگر اسیر بدن و محیط اطرافش نمی‌شود. خیلی اوقات خدا برای ما نقطه ای از

زندگی را تقدیر کرده است ما اختیار داریم که چگونه رفتار کنیم ولی در نهایت و خواه ناخواه به آن نقطه می رسیم. مانند هواپیمایی که مسیر مشخصی را می رود علاوه بر مسیر شماره صندلی ما نیز مشخص است ولی نحوه رفتار ما در این مسیر مهم است و نحوه رفتار ماست که نفسمان را در این مسیر پرورش می دهد این دنیا هم همین طور می‌باشد. نقاطی از زندگی ما به دست خدا مقدر شده است و این به ما بستگی دارد که برای رفتن به آن نقطه چگونه رفتار کنیم.

هَا أَنْتُمْ هَؤُلَاءِ تُدْعَوْنَ لِتُنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَمِنْكُمْ مَنْ يَبْخَلُ وَمَنْ يَبْخَلْ فَإِنَّمَا يَبْخَلُ عَنْ نَفْسِهِ وَاللَّهُ الْغَنِيُّ وَأَنْتُمُ الْفُقَرَاءُ وَإِنْ تَتَوَلَّوْا يَسْتَبْدِلْ قَوْمًا غَيْرَكُمْ ثُمَّ لَا يَكُونُوا أَمْثَالَكُمْ (۳۸)

شما همان [مردمی] هستید که برای انفاق در راه خدا فرا خوانده شده اید پس برخی از شما بخل می ورزند و هر کس بخل ورزد تنها به زیان خود بخل ورزیده و [گرنه] خدا بی نیاز است و شما نیازمندید و اگر روی برتابید [خدا] جای شما را به مردمی غیر از شما خواهد داد که مانند شما نخواهند بود (۳۸)

۱) نفس سیاستهای کلی را به کالبد بشری ابلاغ میکند

قابیل ، هابیل را کشت ولی نمیدانست چطوری جسدش را از بین ببرد. یعنی فرمان اصلی کشتن را نفسش به او داد؛ اما روش کشتن را با بدنش و تجربه و عقلش انجام داد. نفس او حتی نمیدانست که جسد کشته شده را چکار کند! زیرا نفس از جزئیات کالبد بشری زیاد نمیداند.

فَطَوَّعَتْ لَهُ نَفْسُهُ قَتْلَ أَخِيهِ فَقَتَلَهُ فَأَصْبَحَ مِنَ الْخَاسِرِينَ (۳۰)

پس نفس [اماره]اش او را به قتل برادرش ترغیب کرد و وی را کشت و از زیانکاران شد (۳۰)

فَبَعَثَ اللَّهُ غُرَابًا يَبْحَثُ فِي الْأَرْضِ لِيُرِيَهُ كَيْفَ يُوَارِي سَوْءَةَ أَخِيهِ قَالَ يَا وَيْلَتَا أَعَجَزْتُ أَنْ أَكُونَ مِثْلَ هَذَا الْغُرَابِ فَأُوَارِيَ سَوْءَةَ أَخِي فَأَصْبَحَ مِنَ النَّادِمِينَ (۳۱)

پس خدا زاغی را برانگیخت که زمین را می کاوید تا به او نشان دهد چگونه جسد برادرش را پنهان کند [قابیل] گفت وای بر من آیا عاجزم که مثل این زاغ باشم تا جسد برادرم را پنهان کنم پس از [زمره] پشیمانان گردید (۳۱)

۱۲) نفس سیاستهای کلی را بیان میکند

سامری بوسیله هوای نفسش، که به بت پرستی گرایش داشت؛ گوساله ای از طلا ساخت تا مردم از آن طریق خدا را عبادت کنند. نقشه اصلی از نفسش بود؛ اما بقیه کارها را از دیگران و دیگر اقوام تقلید کرد. زیرا بنی اسرائیل اساسا هیچگونه سابقه گاو پرستی نداشته بودند. آنان این کار را از مصریان اتخاذ کردند و تقلید کردند.

قَالَ بَصُرْتُ بِمَا لَمْ يَبْصُرُوا بِهِ فَقَبَضْتُ قَبْضَةً مِنْ أَثَرِ الرَّسُولِ فَنَبَذْتُهَا وَكَذَلِكَ سَوَّلَتْ لِي نَفْسِي (۹۶)

گفت به چیزی که [دیگران] به آن پی نبردند پی بردم و به قدر مشتی از رد پای فرستاده [خدا جبرئیل] برداشتم و آن را در پیکر [گوساله] انداختم و نفس من برایم چنین فریبکاری کرد (۹۶)

یا برادران یوسف، نفس اماره خویش را گوش دادند و برادرشان یوسف را در چاه انداختند. اما نقشه و سیاست کلی از نفس آنان بود ولی جزئیات و طریقه دور کردن یوسف از پدرشان را خودشان بوسیله کالبد بشری خویش به انجام رساندند.

وَجَاءُوا عَلَى قَمِيصِهِ بِدَمٍ كَذِبٍ قَالَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْرًا فَصَبْرٌ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ عَلَى مَا تَصِفُونَ (١٨)

و پیراهنش را [آغشته] به خونی دروغین آوردند [یعقوب] گفت [نه] بلکه نفس شما کاری [بد] را برای شما آراسته است اینك صبری نیکو [برای من بهتر است] و بر آنچه توصیف می کنید خدا یاری ده است (١٨)

الَ بَلْ سَوَّلَتْ لَكُمْ أَنْفُسُكُمْ أَمْرًا فَصَبْرٌ جَمِيلٌ عَسَى اللَّهُ أَنْ يَأْتِيَنِي بِهِمْ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ (٨٣)

[یعقوب] گفت [چنین نیست] بلکه نفس شما امری [نادرست] را برای شما آراسته است پس [صبر من] صبری نیکوست امید که خدا همه آنان را به سوی من [باز] آورد که او دانای حکیم است (٨٣)

این ثابت میکند که نفس و کالبد بشری ما روی هم تاثیر گذارند. نفس مسئول کالبد بشری شناخته میشود و هرکاری که توسط کالبد بشری انجام شود در سرنوشت او تاثیر گذار است. اعمال صالح و کارهای نیک، نفس را اعتلا می بخشند؛ این کارها توسط کالبد بشری ما انجام میشود. تدبر و تفکر و تعقل در آیات و نشانه های خدا؛ در هدایت نفس بسیار موثر است. تعقل و تفکر بوسیله کالبد بشری انجام

می پذیرد. نفس خودش این مسئولیت را پذیرفته است. یعنی پدیرفته است که سرنوشت خود را در یک کالبد بشری تعیین کند و البته این ریسک بسیار بزرگی است؛ ولی به هر حال انسان این ریسک را پذیرفت.

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا (۷۲)

ما امانت [الهی و بار تكلیف] را بر آسمانها و زمین و کوهها عرضه کردیم پس از برداشتن آن سر باز زدند و از آن هراسناك شدند و[لی] انسان آن را برداشت راستی او ستمگری نادان بود (۷۲)

۱۳) نفس ما مظلوم است

اما بعضی مواقع نفس تحت تاثیر گناهانی است که کالبد بشری ما به آن عادت کرده است و مرتکب میشود. به همین خاطر نفس مظلوم هم هست و مدام به او ظلم میشود و موقعیت او در خطر می افتد. ملکه سبا میگوید که به نفس خویش ظلم کرده است.

قِيلَ لَهَا ادْخُلِي الصَّرْحَ فَلَمَّا رَأَتْهُ حَسِبَتْهُ لُجَّةً وَكَشَفَتْ عَنْ سَاقَيْهَا قَالَ إِنَّهُ صَرْحٌ مُمَرَّدٌ مِنْ قَوَارِيرَ قَالَتْ رَبِّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي وَأَسْلَمْتُ مَعَ سُلَيْمَانَ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ (۴۴)

به او گفته شد وارد ساحت کاخ [پادشاهی] شو و چون آن را دید برکه ای پنداشت و ساقهایش را نمایان کرد [سلیمان] گفت این کاخی مفروش از آبگینه است [ملکه] گفت

پروردگارا من به خود ستم کردم و [اینك] با سلیمان در برابر خدا پروردگار جهانیان تسلیم شدم (۴۴)

یا اینکه موسی بعد از عدم کنترل خشم و تعصب خویش؛ یکی را به قتل می رساند و در نهایت متوجه میشود که به نفس خویش ظلم کرده است.

قَالَ رَبِّ إِنِّي ظَلَمْتُ نَفْسِي فَاغْفِرْ لِي فَغَفَرَ لَهُ إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ (۱۶)
گفت پروردگارا من بر خویشتن ستم کردم مرا ببخش پس خدا از او درگذشت که وی آمرزنده مهربان است (۱۶)

قَالَ رَبِّ بِمَا أَنْعَمْتَ عَلَيَّ فَلَنْ أَكُونَ ظَهِيرًا لِلْمُجْرِمِينَ (۱۷)
[موسی] گفت پروردگارا به پاس نعمتی که بر من ارزانی داشتی هرگز پشتیبان مجرمان نخواهم بود (۱۷)

زیرا انجام گناهان بخاطر تعصب قومیتی و یا رسوم آبا و اجدادی؛ بخاطر کالبد بشری ماست که به نفس سرایت پیدا میکند و بنابراین خدا آن را ظلم به نفس قلمداد میکند.

نفس با اسیر تفکرات ذهن شدن، فریب می خورد و و اقعیت را نمی تواند ببیند به خاطر همین در آیات قبلی؛ انسان گناهکار اعتراف میکند که به نفسش ظلم کرده است. و با انجام کار زشت نفس خود را به سمت بدی سوق داده است. برای همین

هست که انسان نباید هر چیزی را ببیند و یا هر چیزی را بشنود و هر کاری را انجام بدهد چون تمام امور بدون کم و کاست در نفس برای همیشه باقی می ماند. و اعمال و افکار ما نفس ما را شکل میدهند.

۱۴) نفس مطمئنه

بنی آدم تاوقتی در سلامت بسر می برد؛ قدر کالبد خود را نمیداند؛ اما همینکه مریض شد؛ بفکر سلامتی اش می افتد. در این حالت این فرد به سلامتیش ظلم کرده است. اما اگر از همان اول شاکر سلامتیش بود؛ کار به ظلم نمی کشید. کسی که تلاش میکند که گناهی را بر دوش نفس خویش تحمیل نکند و به او ظلم نکند؛ نشان میدهد که کل سیستم خدا را قبول دارد و برای رضوان خدا تلاش میکند و دنبال راهی است که خدا را بیابد و به سوی او برگردد. در این حالت نفس او به مطمئنه تبدیل میشود.

نفس مطمئنه نفسی است که بر بدن و اندیشه های خود کنترل دارد . کنترل ذهن و بدن بسیار مهم است زیرا همین کار باعث می شود که همیشه نفس سوار بر این دو باشد و این دو را کنترل کند. برای همین نمازهای پنجگانه گذاشته شده اند زیرا با انجام فرایض الهی ما هم بر ذهن خود و هم بر جسم خود کنترل داریم. برای همین پروردگار می فرماید که هیچ چیز نباید شما را از یاد من غافل نماید.

يا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ (٢٧)
ای نفس مطمئنه (٢٧)

ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً (٢٨)
خشنود و خداپسند به سوی پروردگارت بازگرد (٢٨)

فَادْخُلِي فِي عِبَادِي (٢٩)
و در میان بندگان من درآی (٢٩)

وَادْخُلِي جَنَّتِي (٣٠)
و در بهشت من داخل شو (٣٠)

۱۵) صفات نفس

نفس در این دنیا و در درون انسان موجودیتی واحد است ولی در کتاب آسمانی با سه صفت با نام اشاره شده است (نفس اماره، نفس لوامه و نفس مطمئنه). در اصل در انسان فقط یک نفس وجود دارد بر خلاف دیدگاه بعضی افراد چند نوع نفس وجود ندارد. ولی نفس می تواند در حالات مختلف صفات متفاوتی داشته باشد. وقتی نفس اسیر غرایز بدن و وسوسه های شیطان می شود و فریب اجنه و شیاطین را می خورد دچار لغزش و اشتباه می شود و به کار بد امر می کند در این حالت می گویند (ان النفس لاماره بسوء) یعنی نفس گاهی به کارهای بد امرمی کند همان

طور که زلیخا گفت که نفس من دچار اشتباه شد و به بدی امر کرد. پس در این حالت نفس اماره به سوء است. در حالتی هم هست که نفس بعد از اینکه از معرض آلفای مغزی خارج می شود و به حالت آگاهی می رسد پس از انجام اشتباه، متوجه اشتباه خود شده و می داند که تصمیم گیری اش اشتباه بوده در نتیجه پشیمان می شود و در این حالت (نفس لوامه) است ولی شرایطی دیگر نیزاست که نفس کامل بر بدن و ذهن خود کنترل دارد و بدن و محیط پیرامون را باور نکرده و اسیر وسوسه های شیاطین نمی شود در این حالت نفس مطمئنه است. پس اگر نفس به درجه ی مطمئنه برسد، بر کالبد بشری کنترل دارد و اسیر وسوسه ها نمی شود.

۱۶) محدوده شیطان در وسوسه نفس

عَلِمَتْ نَفْسٌ مَا أَحْضَرَتْ ﴿۱۴﴾هر نفس بداند چه فراهم دیده (۱۴)

فَلَا أُقْسِمُ بِالْخُنَّسِ ﴿۱۵﴾نه نه سوگند به اختران گردان (۱۵)

الْجَوَارِ الْكُنَّسِ ﴿۱۶﴾[کز دیده] نهان شوند و از نو آیند (۱۶)

کلمات خنس و کنس تعابیر دیگری نیز دارند زیرا در آیه مزبور پس از آیه مرتبط با نفس می آید در نتیجه باید آن آیه را با توجه به نفس دوباره ترجمه کنیم. فلا اقسم بالخنس الجوار الکنس

خنس یعنی وسوسه ای که در نزدیکی کنس(آهویی که به لانه ی خود پناه می برد) صورت میگیرد. کنس همان صفت نفس است که گهگاه از مرز بین خود و خنس ، وسوسه های خنس را دریافت می کند و سرکی می کشد. و این نشان می دهد که بین ذهن و وبدن انسان با نفس وی مرزی(جوار) است و شیطان از این مرز نمی تواند به نفس نزدیک شود فقط در منطقه ی خنس می تواند با موارد دنیوی و ذهن، نفس را وسوسه کند؛ برای همین شیطان در آخرت می گوید که من هیچ کاری نکردم فقط وسوسه کردم و تو ای نفس خودت تصمیم گرفته ای.

البته شیطان با بردن مغز و ذهن افراد به حالت آلفا، میتواند کالبد بشری افراد را کنترل کند. در این زمینه نشئگی و خلسگی و مستی ناشی از مواد مخدر، خواندن اشعار و فیلمهای احساسی که فرکانس مغز آدمی را به حالت آلفا نزول میدهد و مغز و فکر انسان در معرض وسوسه و کنترل شیاطین قرار می گیرد. شیطان نمیتواند نفس را وارد آلفا کند؛ ولی میتواند کالبد بشری ما را وارد آلفا کند و از آنجا نفس را وسوسه کند. خود شیطان ماده است و نفس ماده نیست؛ پس شیطان قدرتی بر نفس ندارد؛ هر آنچه که میتواند بکند؛ بردن کالبد بشری به حالت آلفا و در نتیجه مرتکب شدن گناه. یعنی شیطان میتواند با کالبد بشری ما؛ نفس را تحت تاثیر قرار دهد و او را از راه راست منحرف کند. اما کالبد بشری را میتواند تسخیر کند و آن را تحت کنترل خویش در آورد. کالبد بشری ما شامل مغز و ذهن و فکر و ... همگی ماده اند و جزو کالبد بشری هستند. اما نفس ماده نیست و نفس براحتی میتواند از دست شیطان نجات یابد و براحتی میتواند کالبد خویش را از دست

شیطان نجات دهد؛ کافیست اراده کند. شیطان فقط میتواند نفس را دعوت کند و کار دیگری نمیتواند با نفس انجام دهد.

وَقَالَ الشَّيْطَانُ لَمَّا قُضِيَ الْأَمْرُ إِنَّ اللَّهَ وَعَدَكُمْ وَعْدَ الْحَقِّ وَوَعَدْتُكُمْ فَأَخْلَفْتُكُمْ وَمَا كَانَ لِيَ عَلَيْكُمْ مِنْ سُلْطَانٍ إِلَّا أَنْ دَعَوْتُكُمْ فَاسْتَجَبْتُمْ لِي فَلَا تَلُومُونِي وَلُومُوا أَنْفُسَكُمْ مَا أَنَا بِمُصْرِخِكُمْ وَمَا أَنْتُمْ بِمُصْرِخِيَّ إِنِّي كَفَرْتُ بِمَا أَشْرَكْتُمُونِ مِنْ قَبْلُ إِنَّ الظَّالِمِينَ لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ (۲۲)

و چون کار از کار گذشت [و داوری صورت گرفت] شیطان می گوید در حقیقت خدا به شما وعده داد وعده راست و من به شما وعده دادم و با شما خلاف کردم و مرا بر شما هیچ تسلطی نبود جز اینکه شما را دعوت کردم و اجابتم نمودید پس مرا ملامت نکنید و خود را ملامت کنید من فریادرس شما نیستم و شما هم فریادرس من نیستید من به آنچه پیش از این مرا [در کار خدا] شریك می دانستید کافرم آری ستمکاران عذابی پردرد خواهند داشت (۲۲)

این گفتگو زمانی انجام می پذیرد که دیگر کالبد دنیایی وجود ندارد. اما شیطان میتواند بدنها را کنترل کند. تنها راه نجات کالبد بشری از شر شیاطین؛ مطمئن کردن نفس است. به همین خاطر شیطان بر بندگان خالص خدا هیچ قدرتی ندارد. زیرا بندگان مخلص خدا، دارای نفس قوی هستند. نفسهای مخلص براحتی میتوانند شیطان را رد کنند.

وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ وَذَلِكَ دِينُ الْقَيِّمَةِ (۵)

و فرمان نیافته بودند جز اینکه خدا را بپرستند و در حالی که به توحید گراییده اند دین [خود] را برای او خالص گردانند و نماز برپا دارند و زکات بدهند و دین [ثابت و] پایدار همین است (۵)

خود شیطان اقرار میکند که بر بندگان مخلص خدا قدرتی ندارد.

قَالَ فَبِعِزَّتِكَ لَأُغْوِيَنَّهُمْ أَجْمَعِينَ (۸۲)
[شیطان] گفت پس به عزت تو سوگند که همگی را جدا از راه به در می برم (۸۲)

إِلَّا عِبَادَكَ مِنْهُمُ الْمُخْلَصِينَ (۸۳)
مگر آن بندگان مخلص تو را (۸۳)

۱۷) بشر در کالبد زمینی از هر طریقی به نفس خویش ظلم میکند

زمانی مردم قوانین فیزیک و انرژی خورشید و ماه را درست نمی فهمیدند و بنابراین آنان را خالق وقایع میدانستند. در ماه کامل، جزر و مد زیاد میشد و باعث طوفان و سونامی و سایر وقایع میشد ولی دلیل علمی اش را نمی فهمیدند و اشتباها ماه را یک الهه می پنداشتند. این است که بشر با اتکای تنها به آنچه که می بینند؛ خدای خویش را انکار میکند و به نفس خویش ظلم میکند. ابراهیم کسی بود که اتکا به کالبد بشری را شکست و بعد از گرایش به ستاره و ماه و خورشید؛ نهایتا به

طرف خدا گرایش پیدا کرد و یکتاپرست شد. اتکا به کالبد بشری در خداپرستی، ظلم به نفس است.

۱۸) فراموش کردن خدا به معنای فراموش کردن من واقعی خود است

کسانی که خدا را فراموش میکنند و خدا را در کارها و امور خویش در نظر نمی گیرند؛ در واقع من واقعی خویش را فراموش کرده اند.

وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ (۱۹)

و چون کسانی مباشید که خدا را فراموش کردند و او [نیز] آنان را دچار خودفراموشی کرد آنان همان نافرمانانند (۱۹)

این نکته خیلی مهم است که خدا را فراموش نکنیم. زیرا اگر موفقیتی در نفس ما هم بوجود آید؛ بخاطر نفخه روح خداست و اگر خدا را فراموش کنیم؛ این کمکها را دریافت نمی کنیم و در نتیجه خودمان را فراموش میکنیم و به نفس خویش ظلم میکنیم. خودفراموشی مشکل اصلی بشریت است. یعنی بشر کارهایی را انجام میدهد که به نفع نفسش نیست و به نفس خویش ظلم میکند و این یعنی خود فراموشی.

۱۹) نفس برای رفتن به بهشت؛ نیاز به رشد و جهش دارد

ما انسانها هر خوبیی انجام دهیم؛ در قیامت چند ده برابرش را پاداش می گیریم. اما کار بدی انجام دهیم؛ فقط به همان اندازه گناه نوشته میشود. زیرا نفس ما در آن جهان به خوبی های زیادی نیاز دارد تا وارد بهشت شود. بنابراین خدا هر کار خوبی را ضربدر عددی میکند تا نفس توانایی عروج به بهشت را پیدا کند. این نشان میدهد که نفس ما به اعمال انجام شده توسط کالبد بشری ما بسیار نیازمند است و کوچکترین کوتاهیی در اعمال صالح؛ ظلم به نفس به حساب میاید. اجنه مسلمان و آزادیخواه این مورد را خوب درک کرده اند و میدانند که تمام موجودات برای نجات خویش نیاز به رشد دارند. به همین خاطر برای اولین بار که قرآن را شنیدند؛ گفتند که این قرآن به رشد دعوت میکند.

قُلْ أُوحِيَ إِلَيَّ أَنَّهُ اسْتَمَعَ نَفَرٌ مِنَ الْجِنِّ فَقَالُوا إِنَّا سَمِعْنَا قُرْآنًا عَجَبًا (۱)
بگو به من وحی شده است که تنی چند از جنیان گوش فرا داشتند و گفتند راستی ما قرآنی شگفت آور شنیدیم (۱)

يَهْدِي إِلَى الرُّشْدِ فَآمَنَّا بِهِ وَلَنْ نُشْرِكَ بِرَبِّنَا أَحَدًا (۲)
[که] به راه راست هدایت می کند پس به آن ایمان آوردیم و هرگز کسی را شریك پروردگارمان قرار نخواهیم داد (۲)

۲۰) عصمت کودک

کودکی که به دنیا می آید چون نفسش به وسیله خدا بخشیده شده، پاک است و این یعنی رحمت و محبت خدا به بندگانش . این کودک هیچ گونه دانشی نسبت به این دنیا و بدنش ندارد و همانگونه که روانشناس مشهور کارل یونگ می گوید انسان در سراسر زندگی به دنبال هویت خود می باشد. انگار این کودک بهت زده است که در کجا قرار دارد و این بدن چیست و این محیط پیرامون برای چیست. تا اینکه کم کم خود را می شناسد و هویت اصلی خود را پیدا می کند . حرکات کودک در ماههای ابتدایی به صورت بازتابی است و کودک هیچ کنترلی بر اعمال خود ندارد تا اینکه به وسیله بازتاب ها مسیرهای عصبی مربوطه فعال شده و به صورت ارادی در می آیند. انسان تا آخر عمر فرصت دارد که بداند کیست و از کجا آمده و برای چی آمده است. برای همین خدا فرموده که ((بلغ اشده)). فرد برای پیدا کردن هویت خود و تسلط بر بدن و محیط خود به فرصتی نیاز دارد. این فرصت تا زمان بلوغ روحی در ۴۰ سالگی است. فرد قبلا در کودکی هر زمان گرسنه می شد باید سیر می شد ولی فرد در ۴۰ سالگی با روزه گرفتن های زیاد بر بدن خود مسلط شده و می داند که بدن در کنترل وی است نه او در کنترل بدن. تا این سن فرد هنوز به آن درجه نرسیده که به خود آید و بر بدن و محیط و فرایندهای مغزی خود مسلط شود واین سن زمانی است که فرد کامل بر بدن خود مسلط می شود. یکی از فواید نماز و روزه و زکات این است که فرد بر بدن و محیط و ذهن و مال

خود مسلط می شود. ببینید نماز چقدر زیباست! زیرا نفس بدنش را در مقابل پرورگار به سجده می برد و با اینکار هم خودش را تزکیه می دهد؛ یعنی در نماز هم بدن خود را به عبادت وا می داریم و هم بربدنمان کنترل پیدا می کنیم زیرا تنها راه اینکه نفس عبادت کند این بدن است و از طرفی هم با کلمات زیبا ذهن خود را وادار به تسلیم خدا کرده و تسبیح پروردگار می گوییم و هم عبادت خدا را نیز انجام داده ایم. چقدر زیباست که نفس بدن را به روزه وا میدارد؛ هم بر بدنش کنترل پیدا میکند و هم عبادت پروردگار را انجام می دهد با یک تیر دو نشان.

یکی از معانی دیگر این است که فرامین الهی مانند نماز و روزه و ... در جهت رشد نفس ما است. رشد یعنی تسلط بر بدن و مغز. اکثر نگرانی ها و ناراحتی های ما ناشی از موارد دنیوی و بدنی و ذهنی است و الا اگر کسی این دنیا و مافیها را باور نداشته باشد به راحتی می تواند از غم و غصه نجات پیدا کند . ایمان به تقدیر غم و غصه را از بین می برد.

۲۱) نفسهای اماره از اوامر خدای رحمان نفرت دارند

انسان از اوامر خدای رحمان نفرت دارد ولی در عوض به حرفهای شیوخ و اقطاب و مفتی ها و سایر مراجع تقلید اعتماد میکند.

وَإِذَا قِيلَ لَهُمُ اسْجُدُوا لِلرَّحْمَنِ قَالُوا وَمَا الرَّحْمَنُ أَنَسْجُدُ لِمَا تَأْمُرُنَا وَزَادَهُمْ نُفُورًا (۶۰)

و چون به آنان گفته شود [خدای] رحمان را سجده کنید می گویند رحمان چیست آیا برای چیزی که ما را [بدان] فرمان می دهی سجده کنیم و بر رمیدنشان می افزاید (۶۰)

۲۲) اشتباه مرتاضان و دراویش

اما بعضی مواقع، بشر رشدها و موفقیتهای جسمی را با رشد نفس اشتباهی میگیرد. مثلا بعضی دراویش، با انجام بعضی امورات و ریاضتها؛ کارهایی مادی انجام میدهند که آنان را به اشتباه می اندازد؛ زیرا آنان فکر میکنند که نفسشان رشد کرده است؛ درحالیکه رشد آنان متوقف شده است. دراویش اقرار میکنند که ما میخواهیم نیروی انسانی خودمان را تقویت کنیم و اگر از نیروی انسانی خود به صورت کامل استفاده کنیم؛ به درجات عالی روحی میرسیم!

و البته اینها را کرامات به حساب می آورند. در حالیکه کرامت اصلی، پیراستن نفس از گناهان است.

۲۳) صوفیه

بعضی فرقه های صوفیه معتقدند که بعد از رسیدن به حد و حدودی ؛ دیگر نیازی به نماز و روزه و سایر تکالیف نیست. تفکر این گروه در مورد نفس کاملا اشتباه

است. نفس ما انسانها همیشه نیاز به ترفیع دارد و باید همیشه بوسیله عبادات و اعمال صالح مورد حمایت قرار گیرد. توانایی هایی که این گروهها در بدن بشری خویش پیدا میکنند؛ آنان را گول میزند و فکر میکنند که نفسشان ارتقاء پیدا کرده است. غافل از آنکه ارتقاء نفس یک چیز دیگری است و ربطی به ارتقاء بدن بشری ندارد. یک مرتاض بعد از سالها ریاضت؛ به توانایی هایی در بدن خویش میرسد و همین توانایی او را گول میزند و فکر میکند که واقعا جایگاهی در نزد خدا پیدا کرده است! این گونه افراد نه تنها به نفس خویش ظلم میکنند و او را رشد نمی دهند؛ بلکه به کالبد بشری خویش هم ظلم میکنند و او را از نعمتهای آفریده شده خدا محروم میکنند.

۲۴) رهبانیتی که خدا ننوشته است

رهبانیتی که خدا تعیین نکرده است. رهبانیتی که خدای مهربان تعیین ننموده است؛ توسط مسیحیت ابداع شد. رهبانیتی که خدا تعیین میکند فقط برای کسب رضایت خداست و لاغیر.

ثُمَّ قَفَّيْنَا عَلَى آثَارِهِمْ بِرُسُلِنَا وَقَفَّيْنَا بِعِيسَى ابْنِ مَرْيَمَ وَآتَيْنَاهُ الْإِنْجِيلَ وَجَعَلْنَا فِي قُلُوبِ الَّذِينَ اتَّبَعُوهُ رَأْفَةً وَرَحْمَةً وَرَهْبَانِيَّةً ابْتَدَعُوهَا مَا كَتَبْنَاهَا عَلَيْهِمْ إِلَّا ابْتِغَاءَ رِضْوَانِ اللَّهِ فَمَا رَعَوْهَا حَقَّ رِعَايَتِهَا فَآتَيْنَا الَّذِينَ آمَنُوا مِنْهُمْ أَجْرَهُمْ وَكَثِيرٌ مِنْهُمْ فَاسِقُونَ (۲۷)

آنگاه به دنبال آنان پیامبران خود را پی درپی آوردیم و عیسی پسر مریم را در پی [آنان] آوردیم و به او انجیل عطا کردیم و در دلهای کسانی که از او پیروی کردند رافت و رحمت نهادیم و [اما] ترك دنیایی که از پیش خود درآوردند ما آن را بر ایشان مقرر نکردیم مگر برای آنکه کسب خشنودی خدا کنند با این حال آن را چنانکه حق رعایت آن بود منظور نداشتند پس پاداش کسانی از ایشان را که ایمان آورده بودند بدانها دادیم و[لی] بسیاری از آنان دستخوش انحرافند (۲۷)

این نکته نشان میدهد که ممنوعیتهایی که ما بر بدن خویش تحمیل میکنیم فقط باید برای رضای خدا باشد و نه بخاطر رسیدن به قدرتهای بدنی و یا قدرتهای دنیوی.

فراموش نکنیم که این بدن امانت است و وسیله تزکیه ما ، پس باید به بدنمان ظلم نکنیم.

۲۵) پیروی کورکورانه

پیروی کورکورانه از مشایخ و روحانیون و اقطاب؛ نفس را به گمراهی میکشاند. پیروی کورکورانه درست برخلاف آنچیزی است که بدن ما برای آن آفریده شده است. تدبر و تعقل و تفکر و تعمق و تفقه که خدا بر آن بسیار تاکیده نموده است؛ مربوط به مغز و قلب ماست که مربوط به کالبد بشری است و فقط باید در راستای تربیت نفس ما باشد. بعضی دراویش و فرقه ها معتقدند که تدبر در قرآن مانع فنا در خدا ونظر به خدا می گردد و این مورد به آن علت است که آنان توانایی های

بدنی خویش را اشتباها بحساب ارتقاء توانایی های نفس خویش میگذارند. بعضی فقها هم با تدوین دستورات فقهی و اجرای آن و اعمال آن به پیروان خویش؛ فکر میکنند که تفقه و تدبر و تعقل را به پیروان خویش تزریق کرده اند؛ در حالیکه نفس هر انسانی باید توسط کالبد خویش قانع شود. نفس باید توسط تعقل و تعمق و تفقه کالبدی که در آن جای گرفته است؛ راه راست را بپیماید و درجات بالاتری را درک کند. نفس تدبر و تعقل توسط دیگران بجای کالبد خویش را درک نمی کند. همین مورد تقلید در تفقه و تفکر در طول تاریخ میان مسلمانان، مشکلات زیادی پیش آورده است. بطوریکه صرفا رعایت بعضی ظواهر به اسم دین، باعث تنزل نفس آدمها شده است و جامعه ای ریاکار پرورش می یابد.

عدم کنترل نفس بر بدن و محیط موجب پیدایش تمام رذالت های اخلاقی و مشکلات روانشناسی می شود.

۲۶) قطبیت

بعضی مذاهب، به قطبیت مقدسین خویش معتقدند و آنها را رابط بین خود وخدا میدانند؛ آنها قطب را سبب و دلیل عالم می دانند. چنین نگرشی نسبت به جهان مادی برای کسانی با کالبد بشری؛ نشان از آن دارد که نمیدانند نفس از جنس ماده نیست و با این واسطه گری ها رشد نمی کند. بلکه نفس فقط توسط سعی و تلاش کالبد خود رشد میکند.

۲۷) بعضی حرکات کالبد بشری که او را در توهمات فرو میبرد

بعضی حرکات کالبد بشری، افراد را در توهم فرو میبرد و فرد فکر میکند که نفسش به مرحله رشد رسیده است. بعضی گروهها بوسیله سماع و رقص و موسیقی و یا نوحه خود را دچار خلسگی میکنند و با این کار وارد آلفا میشوند. باید بدانیم که فرکانسهای مغزی، از نظر روانی حالات مختلفی در او ظاهر می‌شود. در حالت بیداری امواج مغز در حالت بتا قرار می گیرد. اما در حالاتی که فرد در لذات و احساسات دنیوی و توهم مثل خواندن اشعار ، نگاه کردن به فیلم و بازیهای کامپیوتری غرق میشود، در این حالت امواج مغزی فرد در حالت آلفا قرار می گیرد. اما در حالات تفکر وتدبر و حل مسائل منطقی و ریاضی امواج در حالت بتا قرار دارند. با توجه به دو آیه،

سوره شعراء آیه ۲۲۴:

وَالشُّعَراءُ يَتَّبِعُهُمُ الغاوو ُنَ

[۲۶:۲۲۴] و اما شاعران، فقط گمراهان از آنها پيروي مي كنند.

سوره حجر آیه ۴۲:

ان عِبادی لَیسَ لَکَ عَلَیهِم سُلطانٌ إلّا مَنِ اتَّبَعَکَ مِنَ الغاوینَ

[۱۵:۴۲] "تو بر بندگان من هيچ قدرتي نداري. قدرت تو محدود به گمراهاني است كه از تو پيروي مي كنند.

میتوان نتیجه گرفت شعر و احساسات مهمترین حربه شیطان جهت اغوا نمودن انسانهاست. شعر در عربی فقط به معنای دوبیتی و غزل نیست، بلکه به معنای هر چیزی است که آدمی را به حالت احساسات و توهم ببرد. بنابراین انسانهای در حالت آلفا (الغاوین) مستقیما در تیررس شیاطین هستند. پس براحتی میتوان نتیجه گرفت که شیطان در حالت آلفا افراد را در اختیار خویش می گیرد و دستورات خود را به آنان دیکته می کند. دانستن این نکته جهت مبارزه با حربه های شیطان بسیار مهم است. بسته به شدت فضای آلفا، فرد منطق و استدلال و تدبر خویش را از دست میدهد و از دنیای واقعی دورتر میشود ؛ مثلا کسی که میداند دزدی و غیبت و تهمت بد است، این صفات رذیله در فضای آلفا براحتی قابل توجیه هستند. در فضای آلفا قوانین هوای نفس حاکم است، زیرا محل جولان شیاطین است. در واقع به طور ساده و واضح میتوان نتیجه گرفت که : شیطان بر بندگان خدا مسلط نیست ؛ مگر اینکه بوسیله شعر و توهم و احساسات در کانال آلفا قرار گرفته باشند.

شیطان بر نفس نمی تواند مسلط شود زیرا نفس موجودیتی دارای اختیار است ولی فقط میتواند در فضای آلفا نفس را به وسوسه بیندازد.(یادمان نرود نفس دارای اختیار است). عقل یک وسیله است. اختیار اصلی و فرامین و نیات و مقاصد اصلی از نفس بر می‌آیند.

۲۸) وسوسه و کنترل

شیطان ابتدا قربانیان را وارد آلفا می کند، بعد کنترلشان می کند. یعنی ابتدا وسوسه برای ورود به آلفا، بعد در آلفا کنترل صورت می پذیرد. این نکته خیلی مهم است که شیطان هم میتواند نفس ما را وسوسه کند و هم کالبد بشری ما را وسوسه و کنترل کند.

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ (۱۶)
و ما انسان را آفریده ایم و می دانیم که نفس او چه وسوسه ای به او می کند و ما از شاهرگ [او] به او نزدیکتریم (۱۶)

یعنی شیطان هم نفس واقعی ما را وسوسه میکند و میتواند سیاستهای کلی را به او القا کند و هم از طریق احساسات میتواند کالبد بشری ما را وسوسه و همچنین کنترل کند. هر گونه گمراهی در کالبد بشری، میتواند در سلامت نفس تاثیر گذار باشد. به همین خاطر موسی و ملکه سبا؛ بعد از پی بردن به اشتباه خود؛ اقرار میکنند که به نفس خویش ظلم کرده اند.

۲۹) عبادات به نفس و کالبد بشری ما هر دو سود میرسانند

مثلا حرکات سجده و رکوع در نماز باعث عدم جمود و گرفتگی عضلات میشود و خون بیشتری در مغز و بدن جریان پیدا میکند. همچنین نماز باعث جلوگیری از انجماد فکر میشود و از طرف دیگر به نفس ما هم سود زیادی میرساند. بجا آوردن نماز صبح مانع از آن می شود که بدن برای یک مدت طوانی همچنان بی حرکت در خواب باشد؛ امروزه ثابت شده است که حرکت، از ورم مفاصل جلوگیری می کند. در ضمن، سحر خیزی برای غلبه کردن بر افسردگی و دیگر مشکلات روانی بسیار سودمند است. حرکت سجود که چندین بار در نماز تکرار می شود، باعث می شود که خون بیشتری به مغز برسد، و همین از سردرد جلوگیری می کند. وقتی هنگام رکوع خم می شویم، این حرکت برای مفاصل و ستون فقرات سودمند است. تمام اینها از نظر علمی ثابت شده است. در واقع انسان یعنی حرکت و برای حرکت آفریده شده است.

وضو که لازمه نماز است ما را بر آن می دارد که بیشتر به رفع حاجت برویم. این عادت ما را از ابتلا به سرطان رایج و کشنده روده حفظ می کند. در ادرار و مدفوع مواد زیانبار شیمیایی وجود دارد. اگر این مواد برای زمان زیاد در روده بمانند، دوباره جذب بدن می شوند و باعث سرطان می شوند.

روزه در ماه رمضان باعث می شود که معده های ما که در طول سال باز شده اند، جمع شوند و بحالت طبیعی برگردند، کم آبی موقت باعث می شود فشار خون پایین آید، و کلیه ها بیشتر استراحت کنند، در ضمن روزه باعث می شود که سموم بدن دفع شود، و چربی های اضافی و زیانبار آب شوند و از وزن ما کاسته شود و هزاران

فایده دیگر که خدا در این عبادات هم رشد نفس ما را در نظر گرفته است و هم سلامت کالبد بشری ما را.

۳۰) ریاکاری

ریاکاری در امور عبادی و غیر عبادی؛ شاید از نظر ظاهری و کالبدی مشکلی نداشته باشد؛ اما نمیتواند نفس را رشد دهد. زیرا با فریب نمیتوان نفس را رشد داد. شاید بتوان نفسهای سایر کالبدها را فریب داد؛ اما خود را نمیتوان فریب داد.

بَلِ الْإِنْسَانُ عَلَى نَفْسِهِ بَصِيرَةٌ (۱۴)
بلکه انسان خودش از وضع خود آگاه است (۱۴)

وَلَوْ أَلْقَى مَعَاذِيرَهُ (۱۵)
هر چند در ظاهر برای خود عذرهایی بتراشد (۱۵)

۳۱) دعای ابراهیم

وقتی ابراهیم به درگاه خدا دعا کرد، برای مال دنیا یا درخواست تندرستی نبود؛ هدیه ای که او درخواست کرد این بود: خدایا، تقاضا دارم مرا از کسانی قرار دهی که نماز را بر پا می دارد.

رَبِّ اجْعَلْنِي مُقِيمَ الصَّلَاةِ وَمِنْ ذُرِّيَّتِي رَبَّنَا وَتَقَبَّلْ دُعَاءِ (۴۰)

پروردگارا مرا برپادارنده نماز قرار ده و از فرزندان من نیز پروردگارا و دعای مرا بپذیر (۴۰)

تکالیف دین که خدا آنها را مقرر کرده است در واقع هدیه ای بزرگ از جانب خداست. آنها غذای نفس ما هستند و ما برای بزرگ کردن و رشد نفسمان بدانها نیاز داریم. اگر نفس ما رشد نکند، این توانایی را نخواهیم داشت که روز داوری در برابر انرژی بیکران خدا تاب آوریم. ایمان داشتن به خدا، برای آمرزش کافی نیست؛ بلکه باید نفس خود را نیز تقویت کنیم.

هَلْ يَنْظُرُونَ إِلَّا أَنْ تَأْتِيَهُمُ الْمَلَائِكَةُ أَوْ يَأْتِيَ رَبُّكَ أَوْ يَأْتِيَ بَعْضُ آيَاتِ رَبِّكَ يَوْمَ يَأْتِي بَعْضُ آيَاتِ رَبِّكَ لَا يَنْفَعُ نَفْسًا إِيمَانُهَا لَمْ تَكُنْ آمَنَتْ مِنْ قَبْلُ أَوْ كَسَبَتْ فِي إِيمَانِهَا خَيْرًا قُلِ انْتَظِرُوا إِنَّا مُنْتَظِرُونَ (۱۵۸)

آیا جز این انتظار دارند که فرشتگان به سویشان بیایند یا پروردگارت بیاید یا پاره ای از نشانه های پروردگارت بیاید [اما] روزی که پاره ای از نشانه های پروردگارت [پدید] آید کسی که قبلا ایمان نیاورده یا خیری در ایمان آوردن خود به دست نیاورده ایمان آوردنش سود نمی بخشد بگو منتظر باشید که ما [هم] منتظریم (۱۵۸)

بعلاوه، آیه زیر می گوید که تکالیفی که خدا ما را به انجام آن فرمان داده ، وسیله ای است که به کمک آنها می توانیم به یقین برسیم.

وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّى يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ (۹۹)
و پروردگارت را پرستش کن تا اینکه به یقین برسید (۹۹)

۳۲) داستان صاحب باغ

در سوره کهف، داستان صاحب باغی نقل شده است که پیش دوستش به دو باغش تفاخر میکند. در آیه ۳۵ ، خدا میفرماید که این فرد نسبت به نفس خویش ظالم است و به او ظلم میکند. زیرا او به دو باغ خود تفاخر میکند و مادیات را بر معنویات ترجیح میدهد. او فکر میکرد که خدا در این دنیا بهش داده است؛ در جهان آخرت هم به همین اندازه به او خواهد داد. غافل از اینکه او داشت نفس خویش را فریب میداد و به او ظلم میکرد. زیرا مادیات این جهان بخاطرلیاقت نیست؛ بلکه در ۹۹ درصد موارد بخاطر آزمایش است.

وَاضْرِبْ لَهُمْ مَثَلًا رَجُلَيْنِ جَعَلْنَا لِأَحَدِهِمَا جَنَّتَيْنِ مِنْ أَعْنَابٍ وَحَفَفْنَاهُمَا بِنَخْلٍ وَجَعَلْنَا بَيْنَهُمَا زَرْعًا (۳۲)

و برای آنان آن دو مرد را مثل بزن که به یکی از آنها دو باغ انگور دادیم و پیرامون آن دو [باغ] را با درختان خرما پوشاندیم و میان آن دو را کشتزاری قرار دادیم (۳۲)

كِلْتَا الْجَنَّتَيْنِ آتَتْ أُكُلَهَا وَلَمْ تَظْلِمْ مِنْهُ شَيْئًا وَفَجَّرْنَا خِلَالَهُمَا نَهَرًا (۳۳)

هر يك از اين دو باغ محصول خود را [به موقع] می داد و از [صاحبش] چیزی دریغ نمی ورزید و میان آن دو [باغ] نهری روان کرده بودیم (۳۳)

وَكَانَ لَهُ ثَمَرٌ فَقَالَ لِصَاحِبِهِ وَهُوَ يُحَاوِرُهُ أَنَا أَكْثَرُ مِنْكَ مَالًا وَأَعَزُّ نَفَرًا (۳۴)

و برای او میوه فراوان بود پس به رفیقش در حالی که با او گفت و گو میکرد گفت مال من از تو بیشتر است و از حیث افراد از تو نیرومندترم (۳۴)

وَدَخَلَ جَنَّتَهُ وَهُوَ ظَالِمٌ لِنَفْسِهِ قَالَ مَا أَظُنُّ أَنْ تَبِيدَ هَذِهِ أَبَدًا (۳۵)

و در حالی که او به خویشتن ستمکار بود داخل باغ شد [و] گفت گمان نمی کنم این نعمت هرگز زوال پذیرد (۳۵)

وَمَا أَظُنُّ السَّاعَةَ قَائِمَةً وَلَئِنْ رُدِدْتُ إِلَى رَبِّي لَأَجِدَنَّ خَيْرًا مِنْهَا مُنْقَلَبًا (۳۶)

و گمان نمی کنم که رستاخیز بر پا شود و اگر هم به سوی پروردگارم بازگردانده شوم قطعا بهتر از این را در بازگشت خواهم یافت (۳۶)

قَالَ لَهُ صَاحِبُهُ وَهُوَ يُحَاوِرُهُ أَكَفَرْتَ بِالَّذِي خَلَقَكَ مِنْ تُرَابٍ ثُمَّ مِنْ نُطْفَةٍ ثُمَّ سَوَّاكَ رَجُلًا (۳۷)

رفیقش در حالی که با او گفت و گو میکرد به او گفت آیا به آن کسی که تو را از خاك سپس از نطفه آفرید آنگاه تو را [به صورت] مردی درآورد کافر شدی (۳۷)

لَكِنَّا هُوَ اللَّهُ رَبِّي وَلَا أُشْرِكُ بِرَبِّي أَحَدًا (۳۸)

اما من [می گویم] اوست خدا پروردگار من و هیچ کس را با پروردگارم شريك نمی سازم (۳۸)

وَلَوْلَا إِذْ دَخَلْتَ جَنَّتَكَ قُلْتَ مَا شَاءَ اللَّهُ لَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللَّهِ إِنْ تَرَنِ أَنَا أَقَلَّ مِنْكَ مَالًا وَوَلَدًا (۳۹)

و چون داخل باغت شدی چرا نگفتی ماشاء الله نيرويی جز به [قدرت] خدا نيست اگر مرا از حيث مال و فرزند كمتر از خود می بينی (۳۹)

فَعَسَى رَبِّي أَنْ يُؤْتِيَنِ خَيْرًا مِنْ جَنَّتِكَ وَيُرْسِلَ عَلَيْهَا حُسْبَانًا مِنَ السَّمَاءِ فَتُصْبِحَ صَعِيدًا زَلَقًا (۴۰)

اميد است كه پروردگارم بهتر از باغ تو به من عطا فرمايد و بر آن [باغ تو] آفتی از آسمان بفرستد تا به زمينی هموار و لغزنده تبديل گردد (۴۰)

أَوْ يُصْبِحَ مَاؤُهَا غَوْرًا فَلَنْ تَسْتَطِيعَ لَهُ طَلَبًا (۴۱)

يا آب آن [در زمين] فروكش كند تا هرگز نتوانی آن را به دست آوری (۴۱)

وَأُحِيطَ بِثَمَرِهِ فَأَصْبَحَ يُقَلِّبُ كَفَّيْهِ عَلَى مَا أَنْفَقَ فِيهَا وَهِيَ خَاوِيَةٌ عَلَى عُرُوشِهَا وَيَقُولُ يَا لَيْتَنِي لَمْ أُشْرِكْ بِرَبِّي أَحَدًا (۴۲)

[تا به او رسيد آنچه را بايد برسد] و [آفت آسمانی] ميوه هايش را فرو گرفت پس برای [از كف دادن] آنچه در آن [باغ] هزينه كرده بود دستهايش را بر هم می زد در حالی كه داربستهای آن فرو ريخته بود و [به حسرت] می گفت ای كاش هيچ كس را شريك پروردگارم نمی ساختم (۴۲)

۳۳) زیر آیات خدا زدن

فردی در بنی اسرائیل، آیات و نشانه های خدا را درک کرده بود ؛ اما بعد از مدتی آن را انکار کرد و زیرش زد. آنگاه شیطان او را دنبال کرد و سربزنگاه گمراهش کرد.

وَاتْلُ عَلَيْهِمْ نَبَأَ الَّذِي آتَيْنَاهُ آيَاتِنَا فَانْسَلَخَ مِنْهَا فَأَتْبَعَهُ الشَّيْطَانُ فَكَانَ مِنَ الْغَاوِينَ (۱۷۵)

و خبر آن کس را که آیات خود را به او داده بودیم برای آنان بخوان که از آن عاری گشت آنگاه شیطان او را دنبال کرد و از گمراهان شد (۱۷۵)

وَلَوْ شِئْنَا لَرَفَعْنَاهُ بِهَا وَلَكِنَّهُ أَخْلَدَ إِلَى الْأَرْضِ وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَمَثَلُهُ كَمَثَلِ الْكَلْبِ إِنْ تَحْمِلْ عَلَيْهِ يَلْهَثْ أَوْ تَتْرُكْهُ يَلْهَثْ ذَلِكَ مَثَلُ الْقَوْمِ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا فَاقْصُصِ الْقَصَصَ لَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ (۱۷۶)

و اگر می خواستیم قدر او را به وسیله آن [آیات] بالا می بردیم اما او به زمین [=دنیا] گرایید و از هوای نفس خود پیروی کرد از این رو داستانش چون داستان سگ است [که] اگر بر آن حمله‌ور شوی زبان از کام برآورد و اگر آن را رها کنی [باز هم] زبان از کام برآورد این مثل آن گروهی است که آیات ما را تکذیب کردند پس این داستان را [برای آنان] حکایت کن شاید که آنان بیندیشند (۱۷۶)

سَاءَ مَثَلًا الْقَوْمُ الَّذِينَ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا وَأَنْفُسَهُمْ كَانُوا يَظْلِمُونَ (۱۷۷)

چه زشت است داستان گروهی که آیات ما را تکذیب و به خود ستم می نمودند (۱۷۷)

این خیلی عجیب است که کسی نشانه ها و آیات خدا را با کالبد بشری خویش درک کرده باشد و روی آن تفکر و تعمق و تفقه کرده باشد ولی بعد از مدتی زیرش بزند. تفکر و تعمق و تدبر و تفقه با مغز انجام میشود و مغز جزو کالبد بشری بحساب میاید. در این حالت نفس به کالبد بشری خیانت میکند و هر آنچه که بافته است، را پنبه میکند. شیطان در این گونه مواقع در کمینگاه نشسته است و برای انحراف بشر لحظه شماری میکند. این عالم بنی اسرائیل بعد از کارهای زیادی که با کالبد بشری انجام داده بود و حتی به نتیجه هم رسیده بود و نشانه های خدا را با کالبد بشری خویش درک کرده بود؛ ولی نفسش به کالبد بشری او خیانت کرد و دنبال هوا رفت(وَاتَّبَعَ هَوَاهُ**). این از مواردی است که نفس به کالبد بشری ظلم میکند و خیانت میکند.**

۳۴) دوباره ایمان آوردن

کسانی که مرتکب گناه میشوند؛ بعد از توبه نیاز به ایمان آوردن دوباره دارند. این نکته مهم در آیه زیر بیان شده است. ایمان آوردن با تفکر و تدبر و تعقل (ابزار کالبد بشری) انجام میپذیرد. یعنی کالبد بشری باید دوباره استدلال کند تا نفس را وادار به توبه کند.

وَالَّذِينَ عَمِلُوا السَّيِّئَاتِ ثُمَّ تَابُوا مِنْ بَعْدِهَا وَآمَنُوا إِنَّ رَبَّكَ مِنْ بَعْدِهَا لَغَفُورٌ رَحِيمٌ (١٥٣)

و[لی] کسانی که مرتکب گناهان شدند آنگاه بعد از آن توبه کردند و ایمان آوردند قطعا پروردگار تو پس از آن آمرزنده مهربان خواهد بود (۱۵۳)

همانطور که می بینید کالبد بشری و نفس هر دو در یک سیکل قرار میگیرند و همدیگر را تحت تاثیر قرار میدهند و جهت رشد لازم و ملزومند. خدا به بندگانش ظلم نمی کند و از یک نفس انتظاری غیر معقول ندارد؛ بلکه هر نفسی را به اندازه توانایی کالبد بشری، ازش انتظار دارد.

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانْصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ (۲۸۶)

خداوند هیچ کس را جز به قدر توانایی اش تکلیف نمی کند. آنچه (از خوبی) به دست آورده به سود او، و آنچه (از بدی) به دست آورده به زیان اوست. پروردگارا، اگر فراموش کردیم یا به خطا رفتیم بر ما مگیر، پروردگارا، هیچ بار گرانی بر (دوش) ما مگذار؛ همچنانکه بر (دوش) کسانی که پیش از ما بودند نهادی. پروردگارا، و آنچه تاب آن نداریم بر ما تحمیل مکن؛ و از ما درگذر؛ و ما را ببخشای و بر ما رحمت آور؛ سرور ما تویی؛ پس ما را بر گروه کافران پیروز کن. (۲۸۶)

۳۵) آخرین گناه

حربه "آخرین گناه" قولی است که نفس به کالبد بشریش میدهد ولی تا آخر عمر گرفتارش میشود. گاهی افراد می گویند فقط اینبار گناه می کنم و این آخرین بارم هست و بعد از آن آدم خوبی میشوم! ولی فرد نمی داند با انجام کار گناه و اشتباه، آن کار در نفسش برای همیشه می ماند مثل زخمی که بر صورت و یا چشم فردی تا آخر عمر می ماند. گفته برادران یوسف را در نظر بگیرید.

اقْتُلُوا يُوسُفَ أَوِ اطْرَحُوهُ أَرْضًا يَخْلُ لَكُمْ وَجْهُ أَبِيكُمْ وَتَكُونُوا مِنْ بَعْدِهِ قَوْمًا صَالِحِينَ (۹)

[یکی گفت] یوسف را بکشید یا او را به سرزمینی بیندازید تا توجه پدرتان معطوف شما گردد و پس از او مردمی شایسته باشید (۹)

برادران یوسف به خیال خود و به ترغیب هوای نفس خویش؛ آخرین گناه را انجام دادند و فکر میکردند که بعد از آن کارشان درست میشود و توجه پدرشان را بدست می آورند. غافل از اینکه همین یک گناه گرفتارشان میکند. برای همین در روز آخرت همه گناهکاران ، گناهانشان از سیمایشان معلوم است؛ یعنی هر کاری بکنیم چه خوب چه بد، در نفس برای همیشه می ماند. اگر فردی این را بداند همیشه تلاش می کند کار اشتباه را انجام ندهد. نفس در روز آخرت در قیامت؛ دیگر پرده و پوشش جسم را ندارد و همه چیز معلوم است و مشخص. با انجام کار اشتباه به نفس خود ظلم می کنیم انگار با چاقویی صورت خودمان را زخمی کرده

ایم؛ بعضی افراد آنقدر نفس خود را لکه دار و زخمی کرده اند که جایی برای شفقت و مهربانی و انسانیت نمانده است. اگر کسی این را بداند دیگر در خفا گناه نمی‌کند و ریاکاری هم نمی کند چون می داند نفس ضعیف او به کمکش نیاز دارد. انسان هرکاری می کند و هر چی که میبیند برای همیشه می ماند برای همین بعدا برای خود فرد مشکل ساز می‌شود. پس هر قدم را در زندگی باید با دقت برداشت. هر کلمه، هر قدم ، هر کار ، هر اندیشه ؛ باید همگی با ظرافت به کار برده بشوند. یعنی با ظرافت و دقت رفتار کن؛ صحبت کن ؛ نگاه کن ؛ قدم بزن و..

۳۶) حیوانات

حیوانات هم نفس دارند ولی آنان نفسشان ثابت است و فقط طبق آنچیزی عمل میکنند که خدا برایشان تعیین کرده است. نفس حیوانات تحت تاثیر کالبد بشری؛ قرار نمی گیرد و ماهیت آن به بدی متمایل نمیشود. بنابراین شیطان نمیتواند حیوانات را فریب داده و نفس آنان را خراب کند. در انجیل ذکر شده است که مسیح بوسیله معجزه تعدادی دیو (شیطان) از بدن یک فرد مجنون خارج کرده و براساس خواسته خود دیوها؛ به بدنهای یک گله خوک منتقل کرد؛ این اتفاق باعث شد که خوک ها همگی به دریاچه بروند و خود را غرق کنند. حیوانات تحمل وجود شیطان و وسوسه های او را در بدن خود ندارند. از اینجا مشخص میشود که شیاطین

چقدر کثیفند. ما همیشه در معرض خطر هستیم.در واقع ما در سرزمین دشمن زندگی میکنیم.

إِنَّ الشَّيْطَانَ لَكُمْ عَدُوٌّ فَاتَّخِذُوهُ عَدُوًّا إِنَّمَا يَدْعُو حِزْبَهُ لِيَكُونُوا مِنْ أَصْحَابِ السَّعِيرِ (۶)
در حقیقت شیطان دشمن شماست شما [نیز] او را دشمن گیرید [او] فقط دار و دسته خود را می خواند تا آنها از یاران آتش باشند (۶)

زیرا مدام و همواره در معرض وسوسه های شیطان قرار داریم. هر چیزی که خدا از طریق پیامش و یا روح خود به نفوس و اذهان مردم ارائه میدهد؛ شیطان هم در مقابلش چیزی به مردم ارائه میدهد. به این خاطر است که انسان واقعا خیلی جاهل و نادان (إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا) است که چنین آزمایشی را در این سطح خطرناک و حساس پذیرفته است.

إِنَّا عَرَضْنَا الْأَمَانَةَ عَلَى السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَالْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَنْ يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا الْإِنْسَانُ إِنَّهُ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا (۷۲)
ما امانت [الهی و بار تکلیف] را بر آسمانها و زمین و کوهها عرضه کردیم پس از برداشتن آن سر باز زدند و از آن هراسناك شدند و[لی] انسان آن را برداشت راستی او ستمگری نادان بود (۷۲)

۳۷) داستان گربه و موش و مثال نفس

داستان گربه و موش داستان جالبی است: روزی مردی گربه ای را با خود به نزد فردی دیگر برد و آن روز مهمان آن فرد بود . فرد اولی که صاحب گربه بود از گربه ی خود خیلی تعریف کرد و میگفت که گربه ی من اینچنین است و آنچنان. و دارای ادب و نزاکت است. وقتی سفره را گستراندند و همگی به غذا مشغول بودند گربه ی فرد اولی خیلی ساکت و آرام در گوشه ای نشست و هیچ کار اشتباهی نکرد و صاحب گربه خیلی مغرور شده بود و به خودش می بالید. میزبان فکری به سرش خطور کرد خانه اش موش های زیادی داشت رفت و یکی از موش ها را گرفت و به سر سفره آورد و موش را در اتاق رها ساخت در آن زمان گربه با دیدن موش صدایی کرد و به دنبال موش رفت و دراتاق بر روی سفره به سراسر اتاق می‌دوید و همه چی را کثیف و آلوده کرد. گربه به ذات اصلی و نفس خودش برگشته بود. این داستان به ما نشان می دهد که شاید انسان با مغز خود ریاکاری انجام بدهد ولی در نهایت هر گونه که خود را پرورش داده باشد در موارد و شرایط بحرانی به شخصیت اصلی خود که نفسش است بر میگردد. پس سعی کنیم در زندگی نفس مان را پرورش دهیم تا در شرایط بحرانی تصمیمات درست و مطمئن بگیریم. بعد از آزاد شدن نفس از قید و بندهای پیکر دنیوی؛ نفس اصلی ما آزاد میشود. کاری کنیم که در آن روز شرمنده نشویم و نفس خوبی تحویل دهیم.

هر آنچه را انجام بدهیم در نفس ما می ماند و سرنوشت ما را رقم می زند پس بهتر است که مواظب خود باشیم و همانگونه که به رشد و تکامل بدن خود می پردازیم

به رشد و تکامل نفس خود نیز توجه داشته باشیم زیرا کالبد دنیوی فانی است ولی نفس ما می ماند و سرنوشت آخرت ما را رقم می زند.

۳۸) گذشت از کالبد بشری در راه خدا

بعضی افراد آنچنان نفس خویش را رام میکنند که کالبد بشری خود را قانع میکنند تا از خود بگذرد. این افراد مال و جان خود را در راه خدا به خطر می اندازند. به این طریق نفس و کالبد آن در همدیگر تاثیر گذارند ومیتوانند همدیگر را کمک کنند تا راه راست را بروند.

الَّذِينَ آمَنُوا وَهَاجَرُوا وَجَاهَدُوا فِي سَبِيلِ اللَّهِ بِأَمْوَالِهِمْ وَأَنْفُسِهِمْ أَعْظَمُ دَرَجَةً عِنْدَ اللَّهِ وَأُولَئِكَ هُمُ الْفَائِزُونَ (۲۰)

کسانی که ایمان آورده و هجرت کرده و در راه خدا با مال و جانشان به جهاد پرداخته اند نزد خدا مقامی هر چه والاتر دارند و اینان همان رستگارانند (۲۰)

يُبَشِّرُهُمْ رَبُّهُمْ بِرَحْمَةٍ مِنْهُ وَرِضْوَانٍ وَجَنَّاتٍ لَهُمْ فِيهَا نَعِيمٌ مُقِيمٌ (۲۱)

پروردگارشان آنان را از جانب خود به رحمت و خشنودی و باغهایی [در بهشت] که در آنها نعمتهایی پایدار دارند مژده می دهد (۲۱)

۳۹) سن بلوغ

سن چهل سالگی در قرآن به عنوان سن بلوغ روحی ذکر شده است.

وَوَصَّيْنَا الْإِنْسَانَ بِوَالِدَيْهِ إِحْسَانًا حَمَلَتْهُ أُمُّهُ كُرْهًا وَوَضَعَتْهُ كُرْهًا وَحَمْلُهُ وَفِصَالُهُ ثَلَاثُونَ شَهْرًا حَتَّى إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وَبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَصْلِحْ لِي فِي ذُرِّيَّتِي إِنِّي تُبْتُ إِلَيْكَ وَإِنِّي مِنَ الْمُسْلِمِينَ (۱۵)

و انسان را [نسبت] به پدر و مادرش به احسان سفارش کردیم مادرش با تحمل رنج به او باردار شد و با تحمل رنج او را به دنیا آورد و باربرداشتن و از شیرگرفتن او سی ماه است تا آنگاه که به رشد کامل خود برسد و به چهل سال برسد می گوید پروردگارا بر دلم بیفکن تا نعمتی را که به من و به پدر و مادرم ارزانی داشته ای سپاس گویم و کار شایسته ای انجام دهم که آن را خوش داری و فرزندانم را برایم شایسته گردان در حقیقت من به درگاه تو توبه آوردم و من از فرمان‌پذیرانم (۱۵)

أُولَئِكَ الَّذِينَ نَتَقَبَّلُ عَنْهُمْ أَحْسَنَ مَا عَمِلُوا وَنَتَجَاوَزُ عَنْ سَيِّئَاتِهِمْ فِي أَصْحَابِ الْجَنَّةِ وَعْدَ الصِّدْقِ الَّذِي كَانُوا يُوعَدُونَ (۱۶)

اینانند کسانی که بهترین آنچه را انجام داده اند از ایشان خواهیم پذیرفت و از بدیهایشان درخواهیم گذشت در [زمره] بهشتیانند [همان] وعده راستی که بدانان وعده داده می شده است (۱۶)

در سن چهل سالگی فرد به حالتی میرسد که نفس و کالبد بشری توانایی های همدیگر را کامل میشناسند و هرکدام به فوت و فنهای همدیگر آشنایند و بنابراین این سن، به عنوان سن بلوغ روحی شناخته میشود. کسانی که قبل از این سن از این جهان بروند؛ خدای مهربان براساس رحمت فراوانش آنان را وارد بهشت زیرین

خواهد کرد. تفاوت زیادی میان بهشت برین و بهشت زیرین وجود دارد . آب، بطور تمثیلی، در بهشت برین به فراوانی جریان دارد ، درحالیکه در بهشت زیرین آب را باید بیرون کشید.

بهشت برین:

فِيهِمَا عَيْنَانِ تَجْرِيَانِ (٥٠)

در آن دو [باغ] دو چشمه روان است (٥٠)

بهشت زیرین:

فِيهِمَا عَيْنَانِ نَضَّاخَتَانِ (٦٦)

در آن دو [باغ] دو چشمه همواره جوشان است (٦٦)

بهشت برین، بطور تمثیلی، دارای انواع و اقسام میوه هاست ،، درحالیکه میوه های بهشت زیرین محدود است.

بهشت برین:

فِيهِمَا مِنْ كُلِّ فَاكِهَةٍ زَوْجَانِ (٥٢)

در آن دو [باغ] از هر میوه ای دو گونه است (٥٢)

بهشت زیرین:

فِيهِمَا فَاكِهَةٌ وَنَخْلٌ وَرُمَّانٌ (۶۸)

در آن دو میوه و خرما و انار است (۶۸)

با اینهمه، حتی بهشت زیرین نیز برای کسانی که به اندازه کافی سعادت داشتند که از جهنم در امان باشند و به آنجا بروند پاداشی بزرگ است . راه یافتن به بهشت زیرین پیروزی بزرگی است . کسانی که قبل از چهل سالگی از این دنیا می روند، و نمی توانند روح شان را بقدر کافی پرورش دهند، به بهشت زیرین خواهند رفت. بهشت برین در انحصار کسانی است که ایمان آوردند، پرهیزگارانه زندگی کردند، و روح شان را بقدر کافی وسعت بخشیده اند و نفس و کالبد بشریشان را همراستا کردند.

۴۰) توبه و اعتراف به گناه

ما کالبد بشری را می بینیم ولی نفس دیدنی نیست و از جنس ماده نیست. به همین خاطر خدای مهربان فرآیند توبه و غفران را برای پاک کردن نفوس گذاشته است. این توبه هم فقط مربوط به یکبار نیست. وقتی خدا هفتاد سال به ما سن داده است، یعنی در این هفتاد سال نیاز به توبه و برگشت به سوی خدا داریم. اعتراف به گناه نزد خدا؛ مربوط به پیرایش نفس است. یعنی وقتی ما از انجام یک گناه دست می

کشیم؛ مربوط به کالبد بشری ماست؛ اما اعتراف به گناه مربوط به نفس است. نفس هم نیاز به برگشت دارد تا متوجه شود. یکی از خواص نفس، لوامه بودن آن است. وقتی ما به گناهمان نزد خدا اعتراف میکنیم؛ به نوعی خاصیت لوامه بودن او را فعال میکنیم و این خوب است. این یعنی نفس را داریم به سمت مطمئنه می بریم. ایوب تا وقتی که صراحتا اعتراف نمی کند، از بیماری نجات نمی یابد. یونس تا وقتی که به گناهش اعتراف نکرد؛ از شکم ماهی نجات نیافت.

وَاذْكُرْ عَبْدَنَا أَيُّوبَ إِذْ نَادَى رَبَّهُ أَنِّي مَسَّنِيَ الشَّيْطَانُ بِنُصْبٍ وَعَذَابٍ (۴۱)

و بنده ما ایوب را به یاد آور آنگاه که پروردگارش را ندا داد که شیطان مرا به رنج و عذاب مبتلا کرد (۴۱)

وَذَا النُّونِ إِذْ ذَهَبَ مُغَاضِبًا فَظَنَّ أَنْ لَنْ نَقْدِرَ عَلَيْهِ فَنَادَى فِي الظُّلُمَاتِ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ (۸۷)

و ذوالنون را [یاد کن] آنگاه که خشمگین رفت و پنداشت که ما هرگز بر او قدرتی نداریم تا در [دل] تاریکیها ندا درداد که معبودی جز تو نیست منزهی تو راستی که من از ستمکاران بودم (۸۷)

فَاسْتَجَبْنَا لَهُ وَنَجَّيْنَاهُ مِنَ الْغَمِّ وَكَذَلِكَ نُنْجِي الْمُؤْمِنِينَ (۸۸)

پس [دعای] او را برآورده کردیم و او را از اندوه رهانیدیم و مؤمنان را [نیز] چنین نجات می دهیم (۸۸)

۴۱) نفس را پاک نگه دارید

نفس انسان برخلاف نفس حیوانات میتواند در طول زمان تغییر کند. یعنی یک انسان میتواند نفسش را تزکیه بخشد و یا اینکه آن را آلوده کند. یک گربه نمیتواند دنبال موش نیفتد. زیرا این ماهیت نفس اوست. یک انسان ریاکار که عبادات را برای ریا انجام میدهد؛ نفس خود را تغییر نداده است و آن را آلوده کرده است. اما ما آن را نمی بینیم. این فرد ممکن است که در جامعه برای ریا خود را پاک نشان دهد ولی در بزنگاهها ماهیت اصلی خود را رو میکند و آلودگی نفس او روشن میشود. اینکه اصرار کنید که هر آنچه که نفس میگوید درست است؛ نشان از در بند بودن نفس است. آدمهایی که همواره و همیشه از خدا تقاضای بخشش میکنند و مدام خدا را میخوانند و همیشه از او طلب بخشش میکنند؛ ثابت میکنند که نفسشان را مرتب دارند پاکیزه میکنند و آن را تمیز نگه میدارند.

۴۲) شیاطین انس

نفسهایی هستند که در بدی و ناپاکی به رتبه ای میرسند که صاحبان آنها شیطان نامیده میشوند.

وَكَذَلِكَ جَعَلْنَا لِكُلِّ نَبِيٍّ عَدُوًّا شَيَاطِينَ الْإِنْسِ وَالْجِنِّ يُوحِي بَعْضُهُمْ إِلَى بَعْضٍ زُخْرُفَ الْقَوْلِ غُرُورًا وَلَوْ شَاءَ رَبُّكَ مَا فَعَلُوهُ فَذَرْهُمْ وَمَا يَفْتَرُونَ (١١٢)

و بدین گونه برای هر پیامبری دشمنی از شیطانهای انس و جن برگماشتیم بعضی از آنها به بعضی برای فریب [یکدیگر] سخنان آراسته القا می کنند و اگر پروردگار تو می خواست چنین نمیکردند پس آنان را با آنچه به دروغ می سازند واگذار (۱۱۲)

وَلِتَصْغَى إِلَيْهِ أَفْئِدَةُ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ وَلِيَرْضَوْهُ وَلِيَقْتَرِفُوا مَا هُمْ مُقْتَرِفُونَ (۱۱۳)

و [چنین مقرر شده است] تا دلهای کسانی که به آخرت ایمان نمی آورند به آن [سخن باطل] بگراید و آن را بپسندد و تا اینکه آنچه را باید به دست بیاورند به دست آورند (۱۱۳)

۴۳) کالبد بشری

هر کس در لحظه مرگ می فهمد که چه سرنوشتی در انتظار اوست؛ بهشت یا دوزخ. برای کافران، مرگ واقعه ای است وحشتناک؛ هنگامی که فرشتگان جانشان را می گیرند، بر صورت ها و پشتشان می زنند.

وَلَوْ تَرَى إِذْ يَتَوَفَّى الَّذِينَ كَفَرُوا الْمَلَائِكَةُ يَضْرِبُونَ وُجُوهَهُمْ وَأَدْبَارَهُمْ وَذُوقُوا عَذَابَ الْحَرِيقِ (۵۰)

و اگر ببینی آنگاه که فرشتگان جان کافران را می ستانند بر چهره و پشت آنان می زنند و [گویند] عذاب سوزان را بچشید (۵۰)

قرآن، به دفعات، از دو مرگ سخن می گوید، نخستین مرگ هنگامی رخ داد که ما در زندگی قبلی ایستادگی لازم را برای پاسداری از مقام قدوسی خدا از خود نشان ندادیم ؛ و این مرگ تا لحظه ی تولد ما در این جهان طول می کشد. دومین مرگ، به زندگی ما در این دنیا خاتمه می دهد.

قَالُوا رَبَّنَا أَمَتَّنَا اثْنَتَيْنِ وَأَحْيَيْتَنَا اثْنَتَيْنِ فَاعْتَرَفْنَا بِذُنُوبِنَا فَهَلْ إِلَى خُرُوجٍ مِنْ سَبِيلٍ (۱۱)
می گویند پروردگارا دو بار ما را به مرگ رسانیدی و دو بار ما را زنده گردانیدی به گناهانمان اعتراف کردیم پس آیا راه بیرون‌شدنی [از آتش] هست (۱۱)

وَهُوَ الَّذِي أَحْيَاكُمْ ثُمَّ يُمِيتُكُمْ ثُمَّ يُحْيِيكُمْ إِنَّ الْإِنْسَانَ لَكَفُورٌ (۶۶)
و اوست که شما را زندگی بخشید سپس شما را می میراند و باز زندگی [نو] می دهد حقا که انسان سخت ناسپاس است (۶۶)

نفس تنها یک راه برای نجات دارد تا دوباره شایسته بهشت شود؛ و آن هم این است که باید روی کالبد خودش کار کند. یعنی باید از طریق کالبدی که خدا برایش در نظر گرفته است؛ اعمال نیک و اعمال صالح انجام دهد و برای خودش امتیاز جمع کند و باعث رشد نفسش شود. فرصت دوباره ای که خدا به ما داده است تا دوباره به بهشت برگردیم؛ همین است. در زندگی قبلی ما خدا را پشتیبانی نکردیم و دچار ظلم شدیم و از سلطنت خدا رانده شدیم. اما خدای مهربان فرصت دیگری به ما داده است. ما میتوانیم در این کالبد که خدا برایمان در نظر گرفته است، نفس

خود را تغییر دهیم. تنها ابزار برای اینکار کالبد بشری ماست. یعنی کسی که قبلا ایمان نیاورده یا خیری در ایمان آوردن خود به دست نیاورده باشد، ایمان آوردنش برای نفسش سودی نمی بخشد.

هَلْ يَنْظُرُونَ إِلَّا أَنْ تَأْتِيَهُمُ الْمَلَائِكَةُ أَوْ يَأْتِيَ رَبُّكَ أَوْ يَأْتِيَ بَعْضُ آيَاتِ رَبِّكَ يَوْمَ يَأْتِي بَعْضُ آيَاتِ رَبِّكَ لَا يَنْفَعُ نَفْسًا إِيمَانُهَا لَمْ تَكُنْ آمَنَتْ مِنْ قَبْلُ أَوْ كَسَبَتْ فِي إِيمَانِهَا خَيْرًا قُلِ انْتَظِرُوا إِنَّا مُنْتَظِرُونَ (۱۵۸)

آیا جز این انتظار دارند که فرشتگان به سویشان بیایند یا پروردگارت بیاید یا پاره ای از نشانه های پروردگارت بیاید [اما] روزی که پاره ای از نشانه های پروردگارت [پدید] آید کسی که قبلا ایمان نیاورده یا خیری در ایمان آوردن خود به دست نیاورده ایمان آوردنش سود نمی بخشد بگو منتظر باشید که ما [هم] منتظریم (۱۵۸)

فرعون در لحظات آخر عمرش ایمان آورد ولی بی فایده بود زیرا فرصتی نداشت تا ایمانش را با عمل صالح ترکیب کند و به نفسش سودی ببخشد. گناهکاران در روز قیامت به گناه خود اعتراف میکنند و حتی پشیمان هم میشوند! ولی بیفایده است زیرا در آنروز کالبد بشری نیست تا که با آن عمل صالح انجام دهند و باعث تغییر ماهیت نفس خویش شوند. زیرا پشیمانی تنها، آن هم در روز قیامت بیفایده است و کوچکترین کمکی به نفسها نمی کند. ما در قالب همین کالبد میتوانیم نفس خود را پاک کنیم. هیچ راه حل دیگری یافت نمیشود. پشیمانی در روز قیامت به

قول قرآن بخاطر زور است والا همان لحظه به این دنیا برشان گردانی، دوباره به همان گناهان بر میگردند.

وَلَوْ تَرَى إِذْ وُقِفُوا عَلَى النَّارِ فَقَالُوا يَا لَيْتَنَا نُرَدُّ وَلَا نُكَذِّبَ بِآيَاتِ رَبِّنَا وَنَكُونَ مِنَ الْمُؤْمِنِينَ (٢٧)

و ای کاش [منکران را] هنگامی که بر آتش عرضه می شوند می دیدی که می گویند کاش بازگردانده می شدیم و [دیگر] آیات پروردگارمان را تکذیب نمیکردیم و از مؤمنان می شدیم (٢٧)

بَلْ بَدَا لَهُمْ مَا كَانُوا يُخْفُونَ مِنْ قَبْلُ وَلَوْ رُدُّوا لَعَادُوا لِمَا نُهُوا عَنْهُ وَإِنَّهُمْ لَكَاذِبُونَ (٢٨)

[ولی چنین نیست] بلکه آنچه را پیش از این نهان می داشتند برای آنان آشکار شده است و اگر هم بازگردانده شوند قطعا به آنچه از آن منع شده بودند برمی گردند و آنان دروغگویند (٢٨)

وَقَالُوا إِنْ هِيَ إِلَّا حَيَاتُنَا الدُّنْيَا وَمَا نَحْنُ بِمَبْعُوثِينَ (٢٩)

و گفتند جز زندگی دنیای ما [زندگی دیگری] نیست و برانگیخته نخواهیم شد (٢٩)

جالب است که در آیه ۲۸ و ۲۹ بالایی خدا میفرماید که این عده در روز قیامت میگویند که ای کاش بازگردانده میشدیم و مومن میشدیم؛ اما شاید تعجب کنید که این افراد اگر برگردانده شوند، نه تنها مومن نمیشوند بلکه روز آخرت را هم منکر میشوند. این نکته مهم در آیه ۲۹ آورده شده است.

زیرا پشیمانی برای نفس ما فقط وقتی مفید است که در قالب بشری فعلی باشد و خدا این قالب بشری را طوری طراحی نموده است که مورد مغفرت و رضوان خدا قرار گیریم. بهترین قالب برای هر فردی همانی است که اکنون در آن است. اگر شما از خانواده ثروتمندی در کشوری اروپایی بدنیا آمده بودی؛ شانس شما برای موفقیت کمتر میشد. خدا برای هر فردی بهترین موقعیتها را برای تزکیه نفس در نظر گرفته است.